

特價



足探詢 亞洲各地意見

總為黑池鋪路 全用費需款二萬一千鎊 來東功成能可允答處五有如

【特訊】足探詢亞洲各地意見，全用費需款二萬一千鎊，來東功成能可允答處五有如。足探詢亞洲各地意見，全用費需款二萬一千鎊，來東功成能可允答處五有如。足探詢亞洲各地意見，全用費需款二萬一千鎊，來東功成能可允答處五有如。



花墟昨開特別場 東方三比一破中巴

花墟昨開特別場 東方三比一破中巴

【特訊】花墟昨日開特別場，東方三比一破中巴。東方隊在比賽中表現出色，最終以三比一擊敗中巴隊。比賽在熱烈的氣氛中進行，觀眾們都為東方隊加油助威。

傑志訪越最後一仗 以一比三敗於陸參

【特訊】傑志隊昨日訪問越南，最後一仗以一比三敗於陸參隊。這場比賽是傑志隊此次訪問的高潮，雖然最終輸掉了比賽，但球員們的表現得到了觀眾的認可。

校際足球聯賽 各組成績佈露

皇仁新法九華仁培新成績最佳

組別	第一名	第二名	第三名	第四名
(甲組)	皇仁	新法	九華	仁培
(乙組)	新法	九華	仁培	皇仁
(丙組)	九華	仁培	皇仁	新法
(丁組)	仁培	皇仁	新法	九華

警察執委會 商辦足球義賽

【特訊】警察執委會昨日商辦足球義賽，旨在籌集資金支持社區活動。委員會成員們在會議上討論了比賽的具體安排，包括比賽時間、地點以及宣傳工作。

迎戰秘魯隊各球將 今午在政府場集訓

【特訊】迎戰秘魯隊各球將，今午在政府場集訓。球員們在教練的指導下進行了高強度的訓練，為即將到來的比賽做好準備。場上氣氛緊張，球員們都表現出了極強的鬥志。

中級五五團賽 第四週賽程編定

組別	第一場	第二場	第三場	第四場
(甲組)	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁
(乙組)	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法
(丙組)	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華
(丁組)	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培

亞洲籃球會議 十五在菲召開

【特訊】亞洲籃球會議，十五在菲召開。會議吸引了來自亞洲各地的籃球專家和官員參加，他們將就籃球運動的發展和國際比賽的組織進行深入討論。

迎戰秘魯隊各球將 今午在政府場集訓

【特訊】迎戰秘魯隊各球將，今午在政府場集訓。球員們在教練的指導下進行了高強度的訓練，為即將到來的比賽做好準備。

中級五五團賽 第四週賽程編定

組別	第一場	第二場	第三場	第四場
(甲組)	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁
(乙組)	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法
(丙組)	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華
(丁組)	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培

亞洲籃球會議 十五在菲召開

【特訊】亞洲籃球會議，十五在菲召開。會議吸引了來自亞洲各地的籃球專家和官員參加，他們將就籃球運動的發展和國際比賽的組織進行深入討論。

一連三天有盛會 警察體育會

【特訊】警察體育會，一連三天有盛會。體育會將舉辦一系列精彩的體育比賽，包括足球、籃球和田徑等項目，吸引了大量觀眾參加。

已核准拆建 四幢舊樓宇

【特訊】已核准拆建，四幢舊樓宇。有關部門已批准對四幢舊樓宇進行拆除和重建，以改善城鎮面貌和居住環境。

鼓勵球員簽名 反禁踢小球案

【特訊】鼓勵球員簽名，反禁踢小球案。有關方面呼籲球員們簽名支持反禁踢小球案，以維護足球比賽的公平性和觀賞性。

約戰排聯會 美航空母艦排球隊

【特訊】約戰排聯會，美航空母艦排球隊。美國航空母艦上的排球隊將與亞洲排球聯合會的球隊進行比賽，展現他們的實力。

鄭國榮奪取冠軍 初級網球單打決賽

【特訊】鄭國榮奪取冠軍，初級網球單打決賽。鄭國榮在決賽中表現出色，擊敗了對手，奪得了冠軍。

迎戰秘魯隊各球將 今午在政府場集訓

【特訊】迎戰秘魯隊各球將，今午在政府場集訓。球員們在教練的指導下進行了高強度的訓練，為即將到來的比賽做好準備。

中級五五團賽 第四週賽程編定

組別	第一場	第二場	第三場	第四場
(甲組)	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁
(乙組)	新法 vs 九華	仁培 vs 皇仁	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法
(丙組)	九華 vs 仁培	皇仁 vs 新法	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華
(丁組)	仁培 vs 皇仁	新法 vs 九華	皇仁 vs 新法	九華 vs 仁培

亞洲籃球會議 十五在菲召開

【特訊】亞洲籃球會議，十五在菲召開。會議吸引了來自亞洲各地的籃球專家和官員參加，他們將就籃球運動的發展和國際比賽的組織進行深入討論。

一連三天有盛會 警察體育會

【特訊】警察體育會，一連三天有盛會。體育會將舉辦一系列精彩的體育比賽，包括足球、籃球和田徑等項目，吸引了大量觀眾參加。

已核准拆建 四幢舊樓宇

【特訊】已核准拆建，四幢舊樓宇。有關部門已批准對四幢舊樓宇進行拆除和重建，以改善城鎮面貌和居住環境。

鼓勵球員簽名 反禁踢小球案

【特訊】鼓勵球員簽名，反禁踢小球案。有關方面呼籲球員們簽名支持反禁踢小球案，以維護足球比賽的公平性和觀賞性。

約戰排聯會 美航空母艦排球隊

【特訊】約戰排聯會，美航空母艦排球隊。美國航空母艦上的排球隊將與亞洲排球聯合會的球隊進行比賽，展現他們的實力。

鄭國榮奪取冠軍 初級網球單打決賽

【特訊】鄭國榮奪取冠軍，初級網球單打決賽。鄭國榮在決賽中表現出色，擊敗了對手，奪得了冠軍。



組合作社

組合作社

【特訊】組合作社，旨在促進農村經濟發展。該合作社將組織農民進行集體生產和銷售，提高他們的收入水平。

以一二三敗於陸參

【特訊】以一二三敗於陸參。在最近的比賽中，以一二三隊以一分之差輸給了陸參隊。

已核准拆建 四幢舊樓宇

【特訊】已核准拆建，四幢舊樓宇。有關部門已批准對四幢舊樓宇進行拆除和重建，以改善城鎮面貌和居住環境。

鼓勵球員簽名 反禁踢小球案

【特訊】鼓勵球員簽名，反禁踢小球案。有關方面呼籲球員們簽名支持反禁踢小球案，以維護足球比賽的公平性和觀賞性。

約戰排聯會 美航空母艦排球隊

【特訊】約戰排聯會，美航空母艦排球隊。美國航空母艦上的排球隊將與亞洲排球聯合會的球隊進行比賽，展現他們的實力。

鄭國榮奪取冠軍 初級網球單打決賽

【特訊】鄭國榮奪取冠軍，初級網球單打決賽。鄭國榮在決賽中表現出色，擊敗了對手，奪得了冠軍。

湯馬士冠軍 未約網網網網網

【特訊】湯馬士冠軍，未約網網網網網。湯馬士在最近的比賽中奪得了冠軍，這是他職業生涯中的又一輝煌時刻。

出殯

祭多人

夫人，不幸於本年
移寓英國殯館治喪
天主堂儀式禮後出
國與聘儀及親臨弔
加勒中小學全體教職
員、周氏宗親會理藍
事、潘錦華、孔潤水、
鄧桂連、黎鳳鳴、
鄭桂柱夫婦、張鑑漢
、朱錦書夫婦、劉馬
紹儀、李誠濤夫婦、
何廣玉夫、張孝庭、
賈錫金、黃振興、元
朗博愛醫院主席連振
球、陳日新、羅美寄

諸星
諾曼威士頓
最佳作品！

福佬人

Follow a Star

後台歌聲勇求
出賣唱碟
公認第一
合演
樂隊
藝人關入肉
飛進蘇聯
演唱三首
大氣磅礴
曲調雄壯
令人驚心

利舞台·普慶
重映期

華僑文化

九龍聯青社主席

新歲提四個希望

徵求獲支持 人類和平 工業繁榮 科學有成就

【本報訊】九龍聯青社主席，於新年伊始，向僑胞提出四個希望，以資勉勵。主席謂：第一，人類和平。世界各國，應停止戰爭，以謀人類之幸福。第二，工業繁榮。各工廠，應增加生產，以謀民生之改善。第三，科學有成就。各科學家，應努力研究，以謀人類之進步。第四，人類和平。世界各國，應停止戰爭，以謀人類之幸福。

倫敦應設陳列館供應

亞洲藝術展覽作品

【本報訊】倫敦應設陳列館，供應亞洲藝術展覽作品。此舉旨在推廣亞洲藝術，並促進國際文化交流。陳列館將展示來自亞洲各國之藝術作品，包括繪畫、雕塑、陶瓷等。此舉將有助於提高公眾對亞洲藝術之認識，並促進亞洲藝術之發展。

道慈佛社慶祝佛誕

保賢法師開示大眾

【本報訊】道慈佛社於佛誕當日，舉行慶祝活動。保賢法師開示大眾，謂佛誕之意義，在於弘揚佛法，普度眾生。法師勉勵大眾，應效法佛陀之精神，勤修戒定慧，息滅貪嗔癡，以達涅槃之境界。法師並宣讀佛經，為大眾祈福。

陳年柏作畫

題贈李兆增

【本報訊】陳年柏作畫，題贈李兆增。此畫為陳年柏先生所繪，內容為山水風景，畫面清新，意境深遠。陳先生對李先生之藝術成就表示欽佩，並以此畫相贈，以資紀念。

舞會攝影法

熊文選在金色電台演講

【本報訊】熊文選在金色電台演講，介紹舞會攝影法。熊先生謂，舞會攝影之要點，在於掌握時機，並運用適當之攝影技巧。熊先生並示範如何運用閃光燈，以拍攝出清晰之舞會照片。熊先生之演講，引起在場人士之興趣。

文化軟糖

但願此心長念佛

【本報訊】文化軟糖，但願此心長念佛。此為一首詩，內容為對佛之讚美，並祈求佛之庇護。詩中表達了作者對佛之虔誠信仰，並祈求佛之慈悲，能普度眾生。

【本報訊】文化軟糖，但願此心長念佛。此為一首詩，內容為對佛之讚美，並祈求佛之庇護。詩中表達了作者對佛之虔誠信仰，並祈求佛之慈悲，能普度眾生。

關於虛雲和尚的事情

岑學呂的一封公開信

【本報訊】關於虛雲和尚的事情，岑學呂的一封公開信。此信為岑學呂先生所寫，內容為對虛雲和尚之評價。岑先生謂，虛雲和尚為一位高僧，其人品高尚，學問淵博。岑先生並對虛雲和尚之生平事跡表示欽佩。

張韶石百花畫展

今日在聖堂揭幕

【本報訊】張韶石百花畫展，今日在聖堂揭幕。此畫展為張韶石先生所辦，內容為各種花卉之畫作。張先生之畫作，筆墨精湛，色彩鮮艷，深受觀眾之喜愛。畫展將持續數日，歡迎公眾前往參觀。

連昇花張韶石筆

今日在聖堂揭幕

【本報訊】連昇花張韶石筆，今日在聖堂揭幕。此畫展為張韶石先生所辦，內容為各種花卉之畫作。張先生之畫作，筆墨精湛，色彩鮮艷，深受觀眾之喜愛。畫展將持續數日，歡迎公眾前往參觀。

佛誕聯歡

松蔭園佛社

【本報訊】佛誕聯歡，松蔭園佛社。此為松蔭園佛社所辦之佛誕聯歡活動，內容為聚餐、歌舞等。活動旨在弘揚佛法，增進僧俗之感情。活動將於佛誕當日舉行，歡迎公眾參加。

第六次賽馬述評

三場賽馬

【本報訊】第六次賽馬述評，三場賽馬。此為對第六次賽馬之述評，內容為對三場賽馬之分析。述評指出，三場賽馬之競爭激烈，結果出人意料。述評並對各匹馬之表現表示評價。

【本報訊】第六次賽馬述評，三場賽馬。此為對第六次賽馬之述評，內容為對三場賽馬之分析。述評指出，三場賽馬之競爭激烈，結果出人意料。述評並對各匹馬之表現表示評價。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

星上星前速可

出短途穩位望

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

【本報訊】星上星前速可，出短途穩位望。此為對星上星前速可之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，星上星前速可表現穩定，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第三場：第九班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第四場：第八班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

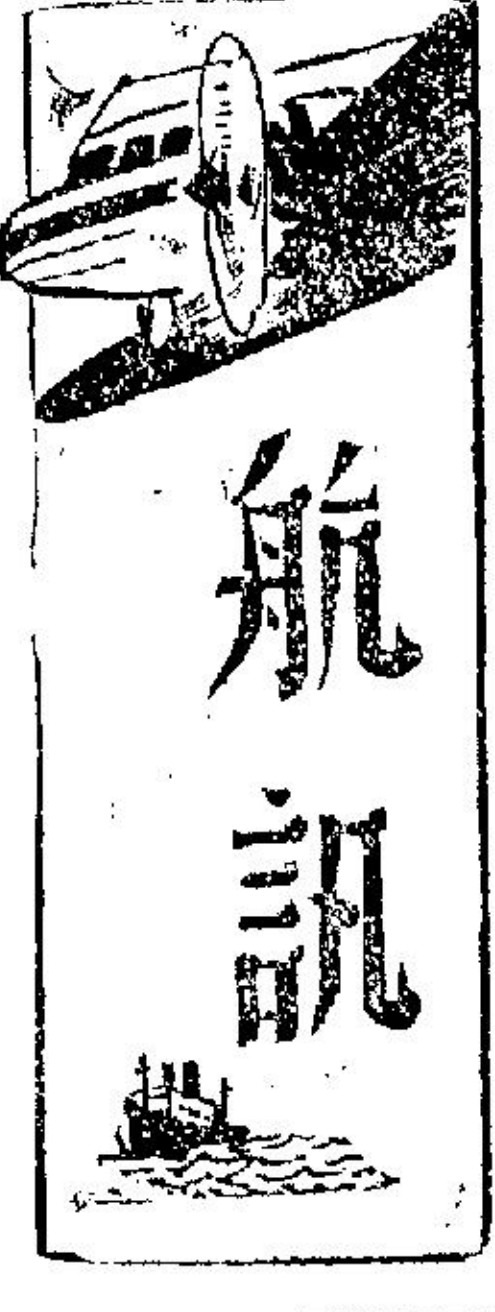
第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第五場：第七班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。

馬論

第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒

【本報訊】馬論，第六場：第六班，一哩，時速一分四八秒。此為對馬論之述評，內容為對其表現之分析。述評指出，馬論表現出色，有望在短途賽中取得好成績。



航訊

入口輪船預告				出口輪船預告			
(船名)	(西名)	(何處來)	(日期)	(船名)	(西名)	(往何處)	(日期)
MARABANK	馬拉班	南非洲	七日	SAGA MARU	薩加丸	日本	七日
TWED BANK	特威德	日本	七日	EASTERN SAGA	東方薩加	日本	七日
PAMAMA MARU	帕瑪瑪	日本	七日	AWA MARU	阿瓦丸	日本	七日
BANSEL MARU	班瑟爾	日本	七日	JENS MARSK	詹斯馬斯克	日本	七日
VAN CLOON	凡克倫	日本	七日	AZUCHISAN MARU	阿志志丸	日本	七日
SHIKA MARU	希卡丸	日本	七日	IJUNAN	伊潤丸	日本	七日
TATSUKUNI MARU	達次國丸	日本	七日	JACOB JENSEN	雅各詹森	日本	七日
BENDORAN	本登蘭	日本	七日	JEPPSEN MAERSK	詹普森馬斯克	日本	七日
SUDAN	蘇丹	日本	七日	POYANG	波陽	日本	七日
TROUBADOUR	特魯巴多	日本	七日	TROUBADOUR	特魯巴多	日本	七日
STRAAT BALI	史特拉巴利	日本	七日	ARIANA	阿麗安娜	日本	七日
BINGO MARU	賓古丸	日本	七日	RUTH LYLES	露絲萊爾斯	日本	七日
SARGODHA	薩高薩	日本	七日	WAKASHIMA MARU	若狹島丸	日本	七日
MARCHEL JOFFRE	馬謝爾若夫	日本	七日	MARABANK	馬拉班	日本	七日
STRAAT MALAKKA	史特拉馬拉加	日本	七日	SARGODHA	薩高薩	日本	七日
MANGALORE	曼加洛	日本	七日	BANSEL MARU	班瑟爾	日本	七日
SRIYU MARU	斯里尤丸	日本	七日	HALLOR	哈洛	日本	七日
STRAS MAERSK	史拉斯馬斯克	日本	七日	SONGKHA	松香加	日本	七日
SZECHEUN	澤申	日本	七日	HEWANG	何旺	日本	七日
EASTERN ARGOSY	東方阿格西	日本	七日	TATSUKUNI MARU	達次國丸	日本	七日
WAKASHIMA MARU	若狹島丸	日本	七日	TWED BANK	特威德	日本	七日
MEXICO MARU	墨西哥丸	日本	七日	PANAMA MARU	巴拿馬丸	日本	七日
ISARSTEIN	伊薩斯泰因	日本	七日	EASTERN ARGOSY	東方阿格西	日本	七日
ELLEN MAERSK	艾倫馬斯克	日本	七日	SEIYU MARU	斯里尤丸	日本	七日
HERVARD	赫華德	日本	七日	STRAAT MALAKKA	史特拉馬拉加	日本	七日
COMBODGE	康布奇	日本	七日	MEXICO MARU	墨西哥丸	日本	七日
VENTURA	文圖拉	日本	七日	STRAAT BALI	史特拉巴利	日本	七日
MATSUDOSAN MARU	松田多利丸	日本	七日	MARCHEL JOFFRE	馬謝爾若夫	日本	七日
HAI MENG	海孟	日本	七日	ALMERIA LUKES	阿爾米里亞路克斯	日本	七日
HINSANG	欣桑	日本	七日	VAN CLOON	凡克倫	日本	七日
NOREVERETT	諾雷弗特	日本	七日	GLENGARRY	格蘭加里	日本	七日
IMURINA	伊穆里納	日本	七日	IMPERIA	伊姆佩里亞	日本	七日
KWANG TUNG	光東	日本	七日	VENTURA	文圖拉	日本	七日
SUISI MMU	蘇伊士姆	日本	七日	SUISEI MARU	蘇伊西丸	日本	七日
TOURCOING	圖爾孔	日本	七日	KANSIO MARU	坎西奧丸	日本	七日
KAMBODIA	坎波迪亞	日本	七日	INCHESTUAT	因切斯特	日本	七日
KANSIO MARU	坎西奧丸	日本	七日	ALMERIA LUKES	阿爾米里亞路克斯	日本	七日
INCHESTUAT	因切斯特	日本	七日	JULIANA	朱麗安娜	日本	七日
ALMERIA LUKES	阿爾米里亞路克斯	日本	七日	CALCUTTA MARU	加爾各答丸	日本	七日
JULIANA	朱麗安娜	日本	七日	YUNG AN	永安	日本	七日
CALCUTTA MARU	加爾各答丸	日本	七日	SVEND MAERSK	斯文馬斯克	日本	七日
YUNG AN	永安	日本	七日	KEYSTONE MARINER	基思頓馬里尼	日本	七日
SVEND MAERSK	斯文馬斯克	日本	七日	MATHEW MAERSK	馬修馬斯克	日本	七日
KEYSTONE MARINER	基思頓馬里尼	日本	七日	TOHORO	托霍羅	日本	七日
MATHEW MAERSK	馬修馬斯克	日本	七日	CARDIGANSHIRE	卡迪甘沙爾	日本	七日
TOHORO	托霍羅	日本	七日	CORFU	科孚	日本	七日
CARDIGANSHIRE	卡迪甘沙爾	日本	七日	YAMAKIMI MARU	山崎美知丸	日本	七日
CORFU	科孚	日本	七日	HAWAII MARU	夏威夷丸	日本	七日
YAMAKIMI MARU	山崎美知丸	日本	七日	RAVENTIN	拉文廷	日本	七日
HAWAII MARU	夏威夷丸	日本	七日	HERMOD	赫摩德	日本	七日
RAVENTIN	拉文廷	日本	七日	NOBISTOR	諾比斯特	日本	七日
HERMOD	赫摩德	日本	七日	HANGSANG	香港	日本	七日
NOBISTOR	諾比斯特	日本	七日	PRODICE	普羅迪	日本	七日
HANGSANG	香港	日本	七日	YOHOW	尤何	日本	七日
PRODICE	普羅迪	日本	七日	HORTVIG MAERSK	霍爾維格馬斯克	日本	七日
YOHOW	尤何	日本	七日	CHIFOO	奇富	日本	七日
HORTVIG MAERSK	霍爾維格馬斯克	日本	七日	RUYS	魯伊斯	日本	七日
CHIFOO	奇富	日本	七日	THEMIS	提米斯	日本	七日
RUYS	魯伊斯	日本	七日	PRIS HOOFER	普里斯胡佛	日本	七日
THEMIS	提米斯	日本	七日	VELBIT	韋爾比特	日本	七日
PRIS HOOFER	普里斯胡佛	日本	七日	DONA AURORA	多娜奧羅拉	日本	七日
VELBIT	韋爾比特	日本	七日	HAINAN	海南	日本	七日
DONA AURORA	多娜奧羅拉	日本	七日	PUYHUS	普伊胡斯	日本	七日
HAINAN	海南	日本	七日	ABBEKERK	阿貝基爾	日本	七日
PUYHUS	普伊胡斯	日本	七日	VAN NOORT	凡諾特	日本	七日
ABBEKERK	阿貝基爾	日本	七日	TIJMANUK	提曼努克	日本	七日
VAN NOORT	凡諾特	日本	七日	FERNFELD	費爾費爾德	日本	七日
TIJMANUK	提曼努克	日本	七日	LOKSANG	洛桑	日本	七日
FERNFELD	費爾費爾德	日本	七日	TAKSANG	塔桑	日本	七日
LOKSANG	洛桑	日本	七日	HAILFE	海爾夫	日本	七日
TAKSANG	塔桑	日本	七日	SUNDA	桑達	日本	七日
HAILFE	海爾夫	日本	七日	DRESDEN	德累登	日本	七日
SUNDA	桑達	日本	七日	OREGON NARU	俄勒岡納魯	日本	七日
DRESDEN	德累登	日本	七日	HESSENSTEN	赫森斯泰因	日本	七日
OREGON NARU	俄勒岡納魯	日本	七日				
HESSENSTEN	赫森斯泰因	日本	七日				

三井乾昇丸

即晚開加拿大轉中各埠

十日到收貨

來利碧琪

即晚開日本轉美洲

十日收貨

日輪若島丸

即晚開星洲底能

改明日到港

海明

九日到港

藍亞萬加那

八日開美洲到

華興

今日收貨

西貢金邊

怡美利

十日開星

庇仰吉打

永安

十日收貨

基隆高隆

墨西哥丸

九日開日本美洲

明日經港

九日開日本美洲

(船名)	(西名)	(停泊)
AMIRA	阿米拉	德東
ANZCHISAN MARU	安奇善丸	德東
AWA MARU	阿瓦丸	德東
ARIANA	阿麗安娜	德東
EASTERN MAID	東方少女	德東
FERNMOOR	費爾摩爾	德東
GLENGARRY	格蘭加里	德東
HUNAN	湖南	德東
JACOB JEBSEN	雅各詹森	德東
JEPPSEN MAERSK	詹普森馬斯克	德東
LAURA MAERSK	勞拉馬斯克	德東
MENESTHUS	門尼斯修斯	德東
MANTEVIO MARU	曼特維奧丸	德東
ORNA	奧爾納	德東
POYANG	波陽	德東
TUTUN LILIES	吐吞莉莉絲	德東
TILLUWAH	提爾瓦	德東
WAIWERANG	威威蘭	德東

"K" LINE

社會式株船汽崎川

夏伯加士 一月十三日開行

柯利根丸 一月十七日開行

柯利根丸 一月十七日開行

柯利根丸 一月十七日開行

亞美蘭

直放金邊

元月十四日開行

達喜航

元月十八日開行

桂石航

元月十八日開行

(船名)	(西名)	(何處來)	(日期)
AMIRA	阿米拉	德東	七日
ANZCHISAN MARU	安奇善丸	德東	七日
AWA MARU	阿瓦丸	德東	七日
ARIANA	阿麗安娜	德東	七日
EASTERN MAID	東方少女	德東	七日
FERNMOOR	費爾摩爾	德東	七日
GLENGARRY	格蘭加里	德東	七日
HUNAN	湖南	德東	七日
JACOB JEBSEN	雅各詹森	德東	七日
JEPPSEN MAERSK	詹普森馬斯克	德東	七日
LAURA MAERSK	勞拉馬斯克	德東	七日
MENESTHUS	門尼斯修斯	德東	七日
MANTEVIO MARU	曼特維奧丸	德東	七日
ORNA	奧爾納	德東	七日
POYANG	波陽	德東	七日
TUTUN LILIES	吐吞莉莉絲	德東	七日
TILLUWAH	提爾瓦	德東	七日
WAIWERANG	威威蘭	德東	七日

TSUI LINE

船船井三

乾昇丸 一月十八日開行

乾昇丸 一月十八日開行

乾昇丸 一月十八日開行

Waterman LINE

和利亞 二月六日開行

Norddeutscher Lloyd

麗雲士 二月十日開行

MAERSK LINE

樂施馬士基 一月十八日開行

哈域馬士基 一月十八日開行

星加坡 西貢 各埠

華興

西貢金邊

一月十八日開行

大福來

直放金邊

一月十八日開行

華新

西貢金邊

一月十八日開行

多利祿

西貢金邊

一月十八日開行

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

太古輪船公司

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

威利

YAMASHITA LINE

山君丸 一月十八日開行

YAMASHITA LINE

山君丸 一月十八日開行

YAMASHITA LINE

山君丸 一月十八日開行

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

成華九

華僑經濟

英鎊報縮買盤頓增

美鈔振上五七零

K金亦振收市價二五〇・七五

菲幣市仍順收盤一五一・八七五

米市暢銷

大陸米亦見上升

全日成出萬三千包

美防火膠板

決加強輸港

軟質膠地板亦多銷

奧國捲筒白報紙

訂價提高

瑞典椰油貨價亦振

工業發展可喜

政府甚少干預工商

美國各大公司最近派息簡訊

去年獲利

七千萬

入千多

美市暢銷

上貨市暢銷

下貨市暢銷

世界短纖維棉短少

八月以前決難望跌價
印度產縮今年須外買百萬包
美國棉花政策醞釀變更

分租廣告

（每行）大元四角
（每行）小元二角
（每行）小元一角

現買現租

三四千元
可買可租
五年內付
誠意厚酬

大發再

樓大發再
樓大發再
樓大發再

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

美市暢銷

上貨市暢銷
下貨市暢銷

各地通訊

粵共在肉類奇缺下 鼓勵農民養豬

限定一畝一頭 穗有出售肉商店

【本報訊】粵共在肉類奇缺下，為鼓勵農民養豬，特頒布法令，限定一畝一頭，並規定穗有出售肉商店，以資調節。

星洲建築業殷商 陳龍雄被綁架

勒索八十萬元 警方偵緝四出迄無下落

【本報訊】星洲建築業殷商陳龍雄，日前在星洲被綁架，勒索八十萬元，警方偵緝四出迄無下落。

菲禁華僑商店 竹爆型巨售出

【本報訊】菲禁華僑商店，竹爆型巨售出，此項消息引起華僑界之注意。

香港電台 廣播節目表

香港電台廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

麗的銀色 廣播節目表

麗的銀色廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

麗的金色 廣播節目表

麗的金色廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

商業電台 廣播節目表

商業電台廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

新華電台 廣播節目表

新華電台廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

中央電台 廣播節目表

中央電台廣播節目表，包括新聞、音樂、體育等節目。

海香螺傳

雷電劈棺香屍復活！觀音顯聖再續良緣！

胡鵬 導演

王曲 吳一 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演

英雄兒女

王龍植 羅維 主演

王龍植 羅維 主演



西施錄音

忙煞了白雪仙

班探

白雪仙，這位在粵劇界享有盛譽的藝術家，最近因為她的新作品而忙碌不堪。她不僅在舞台上展現她的才華，還在錄音棚裡為她的作品錄製聲音。她的作品深受觀眾喜愛，她的表演風格獨特，充滿魅力。這次的新作品，更是她的代表作之一，她投入了大量的心血，力求完美。在錄音棚裡，她一遍又一遍地重複著動作，直到達到最佳的錄音效果。她的這種敬業精神，值得我們學習和敬佩。



待嫁春心

「待嫁春心」這是一部描寫愛情和婚姻的作品。它講述了一個年輕人在面對愛情時的猶豫和掙扎，以及最終在親友的帮助下，克服困難，走向幸福的故事。作品通過細膩的筆觸，描寫了人物的內心世界，展現了當時社會的風貌和價值觀。這部作品不僅具有文學價值，也是一部反映時代精神的佳作。

「待嫁春心」演來可圈可點

「待嫁春心」這部作品在舞台上演出後，受到了觀眾的廣泛好評。演員們的精湛表演，將作品中的情感表達得淋漓盡致，贏得了觀眾的掌聲和讚美。導演對作品的理解和把握，也展現出了極高的藝術水平。這部作品的成功，不僅為劇團贏得了榮譽，也為觀眾帶來了精彩的視覺享受。



陳皮梅

陳皮梅是一位著名的藝術家，他在多個領域都有著卓越的成就。他的創作風格獨特，深受觀眾喜愛。他的作品不僅具有藝術價值，也反映了當時社會的真實面貌。陳皮梅的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念他的才華和貢獻。

塔亨達今午抵港

塔亨達先生將於今日下午抵達香港。他是一位著名的學者或藝術家，此次來港是應邀參加某項活動。他的到訪，將為香港的學術或藝術界帶來新的活力和發展。我們期待著與他的交流和合作。



鍾妮活率任性不羈

鍾妮是一位性格活潑、率性不羈的藝術家。她的作品充滿了生命力和感染力，深受觀眾喜愛。她的表演風格獨特，展現了極高的藝術造詣。鍾妮的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念她的才華和個性。

黃曼麗飾「待嫁春心」

黃曼麗在「待嫁春心」中飾演的角色，展現了極高的演技。她的表演細膩入微，將角色的內心世界表達得淋漓盡致，贏得了觀眾的廣泛好評。這部作品的成功，也離不開黃曼麗的辛勤付出和專業精神。



吳楚帆拍高潮戲

吳楚帆在最近的拍攝工作中，展現了極高的專業精神和才華。他在高潮戲中的表演，更是讓人驚嘆不已。他的導演也對他的表現表示讚賞。吳楚帆的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念他的才華和貢獻。

威廉荷頓與奧黛麗赫本

威廉荷頓與奧黛麗赫本的合作，是電影史上的一段佳話。他們的組合不僅在票房上取得了巨大的成功，也在藝術上達到了極高的境界。他們的愛情故事，更是被傳頌至今。他們的去世，是電影界的一大損失，我們懷念他們的才華和愛情。

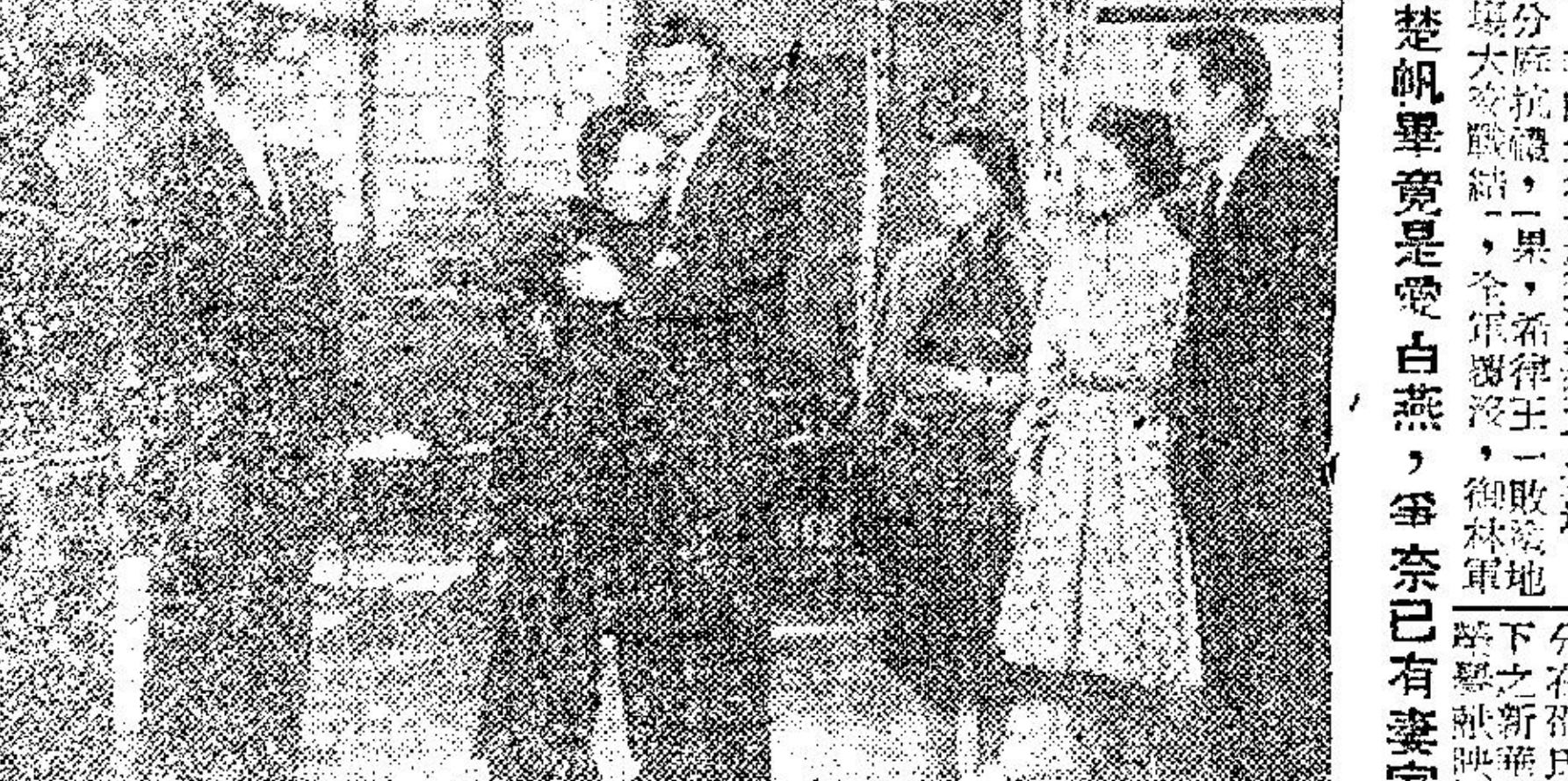


「希律大帝」女主角

「希律大帝」的女主角，是一位非常有才華的演員。她的表演充滿了力量感和感染力，深受觀眾喜愛。她的作品不僅具有藝術價值，也反映了當時社會的真實面貌。她的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念她的才華和貢獻。

威廉荷頓與奧黛麗赫本

威廉荷頓與奧黛麗赫本的合作，是電影史上的一段佳話。他們的組合不僅在票房上取得了巨大的成功，也在藝術上達到了極高的境界。他們的愛情故事，更是被傳頌至今。他們的去世，是電影界的一大損失，我們懷念他們的才華和愛情。



「希律大帝」女主角

「希律大帝」的女主角，是一位非常有才華的演員。她的表演充滿了力量感和感染力，深受觀眾喜愛。她的作品不僅具有藝術價值，也反映了當時社會的真實面貌。她的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念她的才華和貢獻。

威廉荷頓與奧黛麗赫本

威廉荷頓與奧黛麗赫本的合作，是電影史上的一段佳話。他們的組合不僅在票房上取得了巨大的成功，也在藝術上達到了極高的境界。他們的愛情故事，更是被傳頌至今。他們的去世，是電影界的一大損失，我們懷念他們的才華和愛情。



「希律大帝」女主角

「希律大帝」的女主角，是一位非常有才華的演員。她的表演充滿了力量感和感染力，深受觀眾喜愛。她的作品不僅具有藝術價值，也反映了當時社會的真實面貌。她的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念她的才華和貢獻。

威廉荷頓與奧黛麗赫本

威廉荷頓與奧黛麗赫本的合作，是電影史上的一段佳話。他們的組合不僅在票房上取得了巨大的成功，也在藝術上達到了極高的境界。他們的愛情故事，更是被傳頌至今。他們的去世，是電影界的一大損失，我們懷念他們的才華和愛情。



「希律大帝」女主角

「希律大帝」的女主角，是一位非常有才華的演員。她的表演充滿了力量感和感染力，深受觀眾喜愛。她的作品不僅具有藝術價值，也反映了當時社會的真實面貌。她的去世，是藝術界的一大損失，我們懷念她的才華和貢獻。

威廉荷頓與奧黛麗赫本

威廉荷頓與奧黛麗赫本的合作，是電影史上的一段佳話。他們的組合不僅在票房上取得了巨大的成功，也在藝術上達到了極高的境界。他們的愛情故事，更是被傳頌至今。他們的去世，是電影界的一大損失，我們懷念他們的才華和愛情。



記香山平太

香山平太，原名平太，廣東香山縣人。早年隨父移居香港，在一家洋行當司事。平太為人忠厚，勤勞，深得上司之信任。...

青山的愛情故事

青山是一個英俊的青年，他住在山腳下的一個小村莊。他有一雙深邃的眼睛，頭髮烏黑，皮膚白皙。...

行乞藝術

俗語有云：「行乞出狀元」，七十二行的生意，沒有一行不互相勾心鬥角，競爭激烈。...

急景殘年話送禮

送禮，是我們中華民族的一項傳統習俗。在急景殘年的時候，送禮更顯得格外重要。...

毒花

毒花，是自然界中一種美麗而又危險的植物。它的花朵色彩鮮豔，吸引著人們的眼球。...

冷眼春心

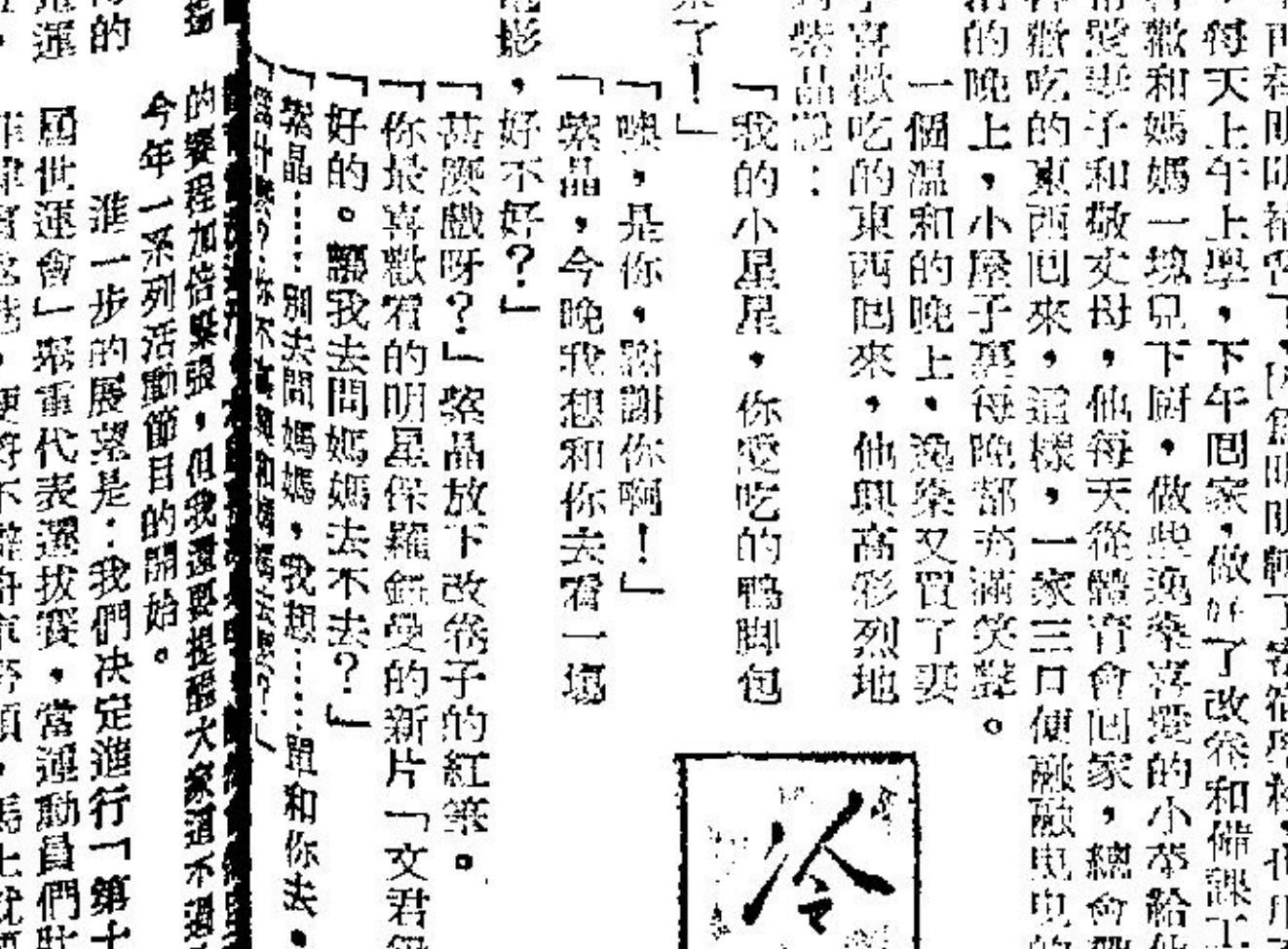
冷眼春心，這是一個充滿矛盾和張力的詞語。它描繪了一個外表冷漠但內心充滿熱情的人。...



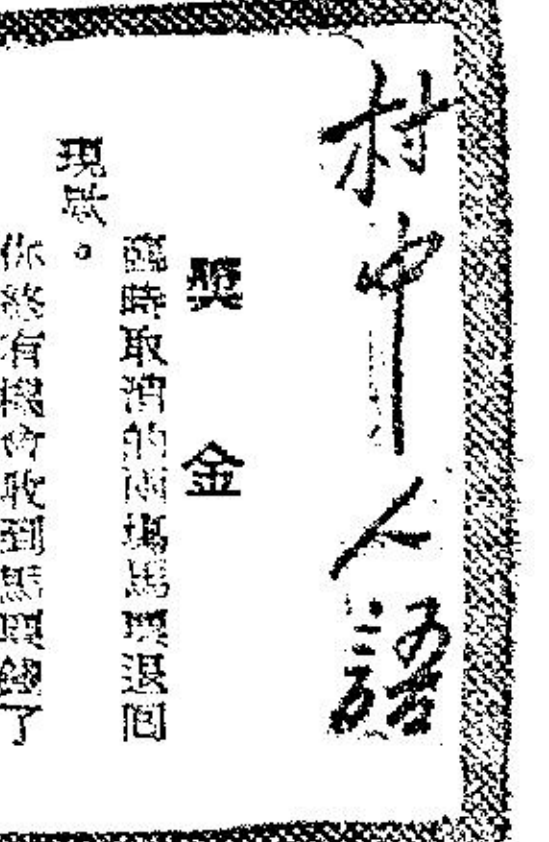
拋鞋 楚子
皮箱起飛 飛向銀幕
吃了二一 小夜作惡



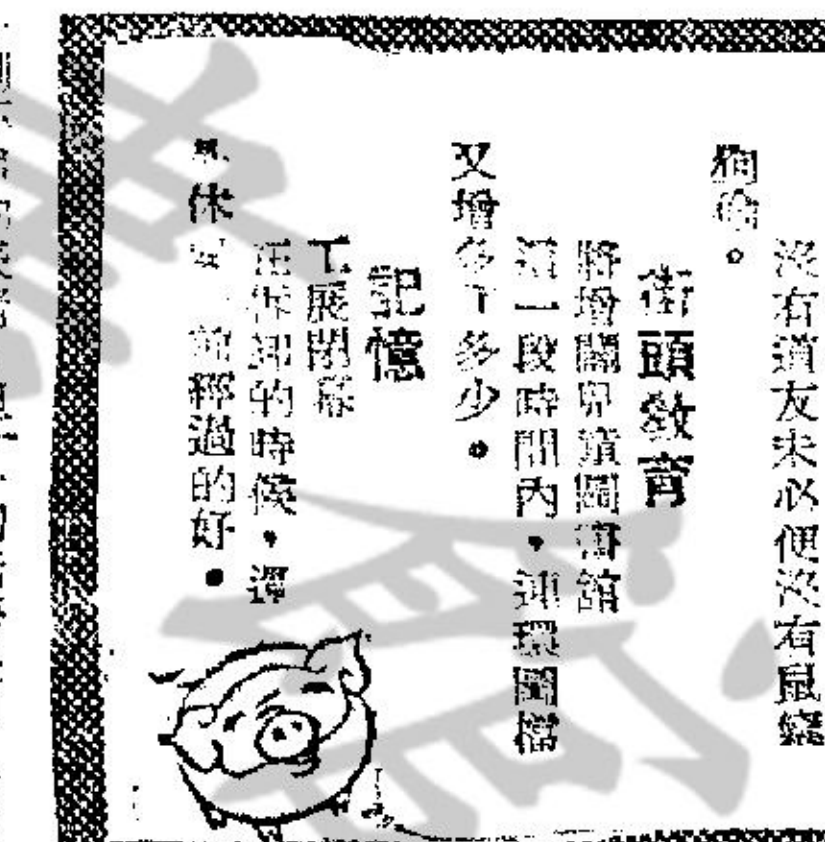
你快做爸爸了
「你快做爸爸了」，這是一個多麼令人興奮的消息。...



冷眼春心
「冷眼春心」，這是一個多麼令人著迷的詞語。...



村中人語
「村中人語」，這是一個多麼令人好奇的詞語。...



迷信信談
「迷信信談」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



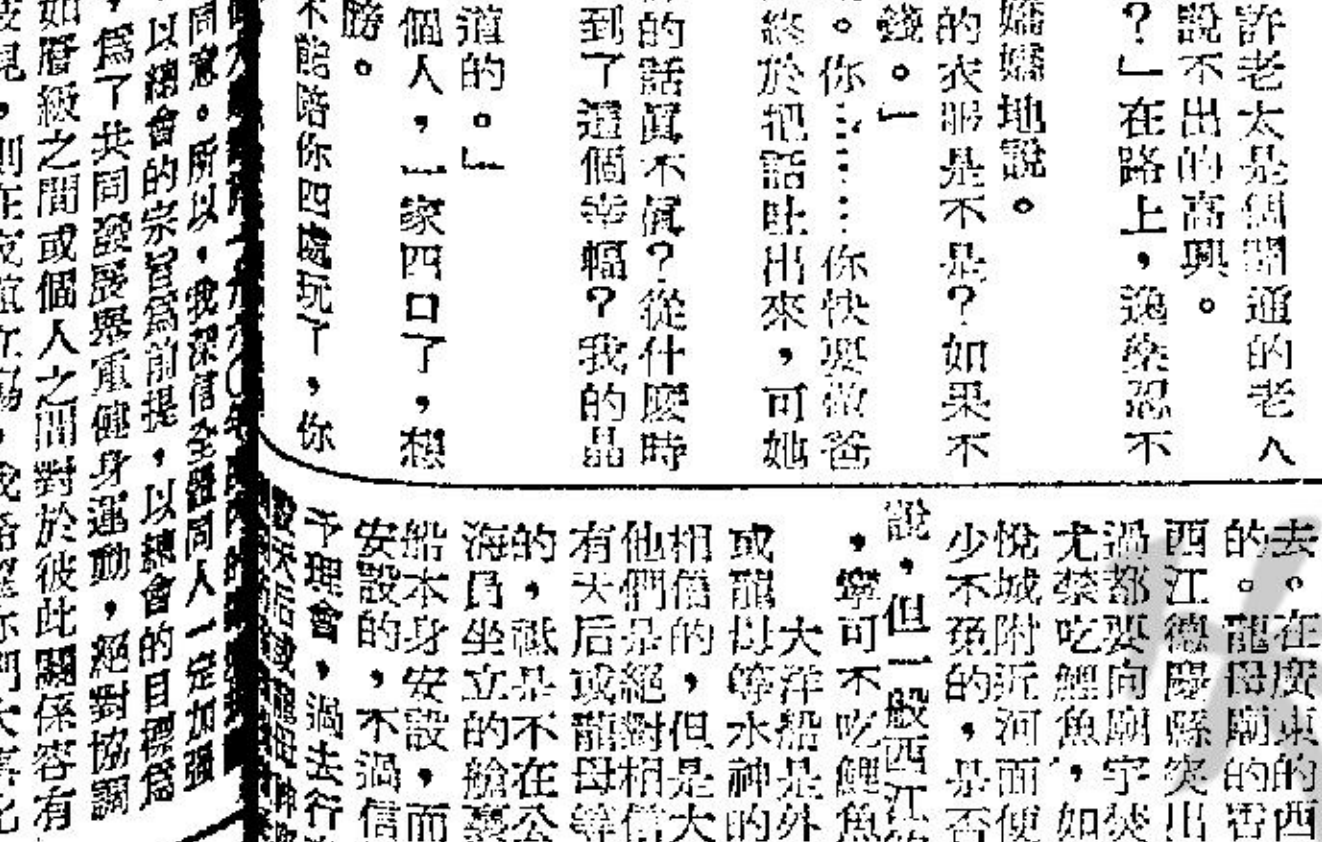
新年有新計劃
「新年有新計劃」，這是一個多麼令人鼓舞的詞語。...



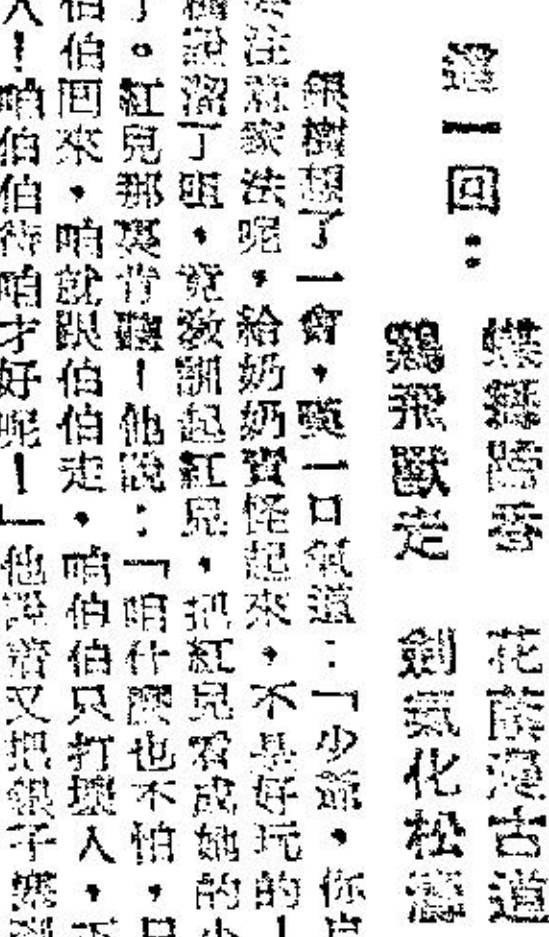
收禮物
「收禮物」，這是一個多麼令人愉快的詞語。...



小點說
「小點說」，這是一個多麼令人有趣的詞語。...



巨卵魔像
「巨卵魔像」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



戒煙遊記
「戒煙遊記」，這是一個多麼令人有趣的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



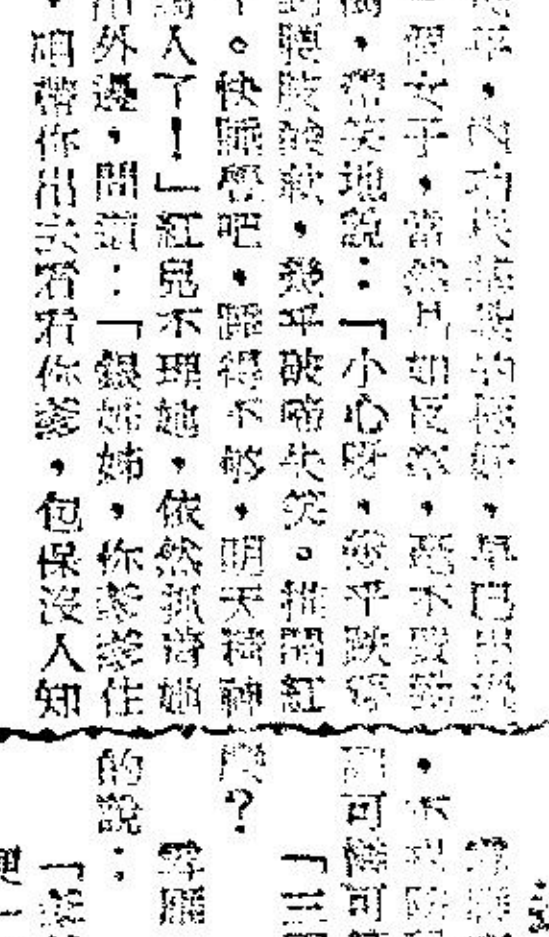
這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...



這一回
「這一回」，這是一個多麼令人驚悚的詞語。...

一九六〇年是一九六〇年

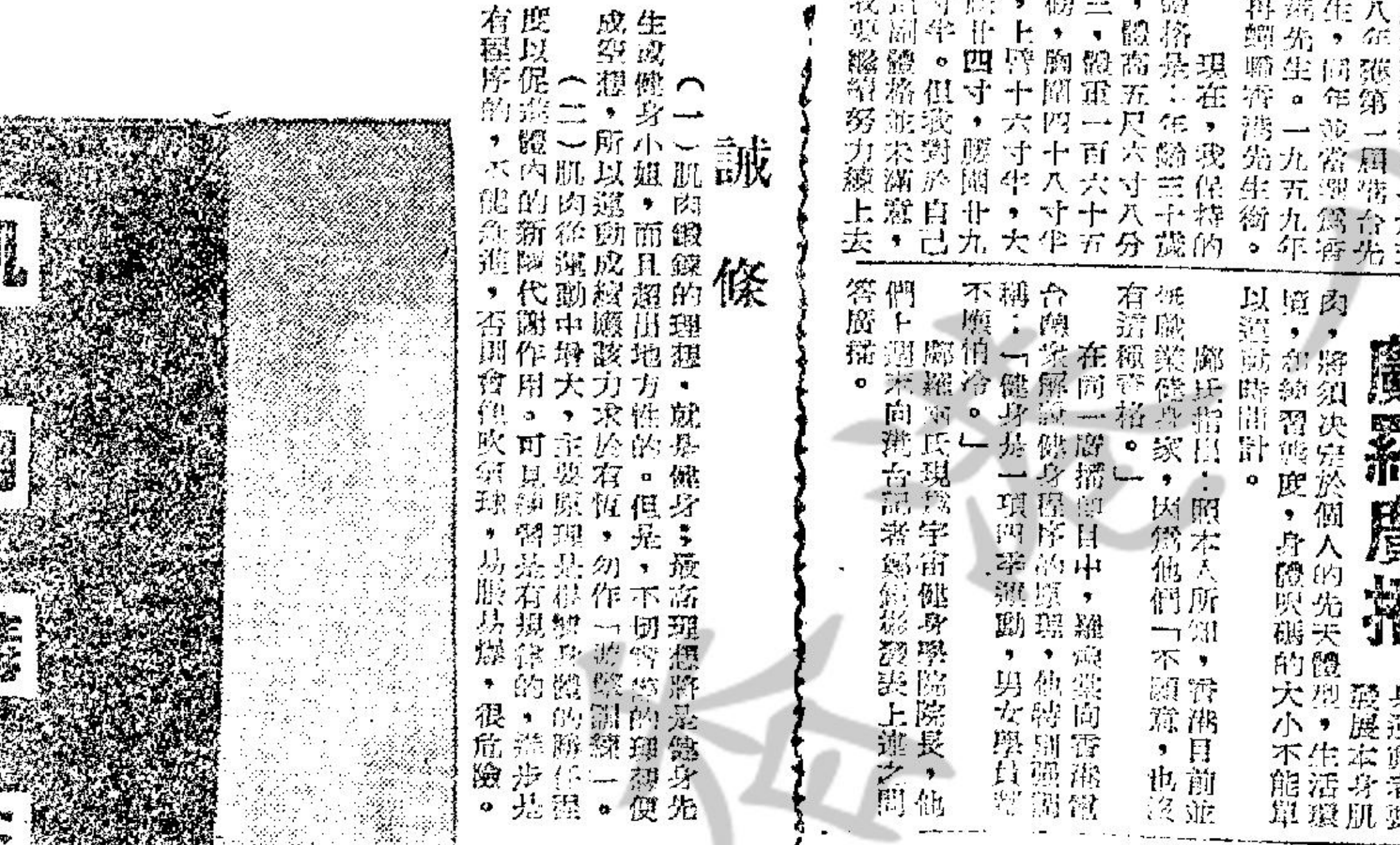
——者編——

時代健力

一九六〇年是一九六〇年，這是一個充滿了希望與挑戰的年份。在過去的一年裡，我們經歷了許多變遷，但我們始終堅信，只要我們團結一致，我們就能克服一切困難，創造一個更加美好的未來。

在過去的一年裡，我們見證了許多偉大的成就。從科學技術的飛躍進步，到社會制度的不斷完善，我們看到了人類文明的巨大進步。然而，我們也意識到，我們還面臨著許多挑戰。環境污染、貧富差距、社會不公等問題，都是我們必須面對和解決的。

在未來的一年裡，我們將繼續努力，為實現我們的目標而奮鬥。我們將加強與國際社會的合作，共同應對全球性挑戰。我們將致力於改善民生，促進社會和諧。我們將不斷創新，推動經濟發展，為人民創造更多的財富和機會。



肌肉講座

肌肉是身體的基礎，是力量的源泉。了解肌肉的結構和功能，對於提高運動成績和預防運動損傷具有重要意義。本講座將從基礎知識入手，介紹肌肉的解剖學、生理學和訓練方法。

（一）肌肉的結構：肌肉由肌纖維組成，肌纖維又由肌原纖維組成。肌原纖維是肌肉收縮的基本單位。肌肉的收縮過程涉及神經傳導和能量代謝。

（二）肌肉的功能：肌肉具有收縮、舒張和支撐身體的功能。不同的肌肉在身體運動中扮演著不同的角色。

（三）肌肉的訓練：訓練肌肉的方法多種多樣，包括力量訓練、耐力訓練和柔韌性訓練。科學的訓練方法可以最大限度地發揮肌肉的潛力。

自強不息

一個人的成功與否，往往取決於他的意志力和毅力。自強不息是成功者的共同特徵。在面對困難和挫折時，我們應該保持冷靜，堅定信心，不斷努力，直到達成目標。

（一）樹立遠大理想：理想是人生的指路燈。只有樹立了遠大的理想，我們才能激發出無限的潛能，為實現理想而努力奮鬥。

（二）培養堅強意志：意志是成功的關鍵。只有培養了堅強的意志，我們才能在艱辛的旅途中堅持下去，直到抵達成功的彼岸。

（三）不斷學習進步：學習是進步的動力。只有不斷學習，我們才能不斷充實自己，提高競爭力，在激烈的競爭中立於不敗之地。

女子肩臂運動

肩臂運動是女性運動中非常重要的一部分。正確的肩臂運動姿態和動作可以增強肌肉力量，提高身體協調性，預防肩周炎等常見疾病。

（一）肩關節運動：肩關節是全身活動範圍最大的關節之一。通過各種形式的肩關節運動，可以增強肩關節的靈活性和穩定性。

（二）臂部運動：臂部運動可以鍛煉臂部肌肉，提高臂力。正確的動作姿態可以避免運動損傷。

（三）綜合訓練：肩臂運動應與全身運動相結合，達到整體強身健體的目的。



健力

運十二年

李應龍

李應龍先生是一位傑出的體育運動家。他從事體育運動多年，對體育運動有著深刻的理解和獨到的見解。他的著作《健力》記錄了他的運動經歷和心得，是體育愛好者必讀之書。

在《健力》一書中，李應龍先生詳細介紹了各種體育運動的技術和理論。他強調了體育運動對於身體健康和精神狀態的重要性。他認為，體育運動不僅是一種鍛煉身體的手段，更是一種生活態度和人生哲學。

李應龍先生的著作深受廣大讀者的歡迎。他的書不僅具有極高的學術價值，更是一本實用的指導書。通過閱讀他的書，讀者可以了解到許多關於體育運動的知識和技巧，從而提高自己的運動水平。

宇宙學院

宇宙學院是一所致力於推廣體育運動和科學知識的機構。該學院提供各種形式的課程和培訓，旨在提高學生的身體素質和科學素養。

（一）體育課程：學院提供多種體育課程，包括田徑、球類運動、游泳等。這些課程旨在提高學生的運動技能和身體素質。

（二）科學課程：學院還提供科學知識培訓，包括物理、化學、生物等。這些課程旨在提高學生的科學素養和創新能力。

（三）實踐活動：學院還組織各種實踐活動，如體育比賽、科學實驗等。這些活動旨在培養學生的實踐能力和團隊精神。

健康

健康是人生的基礎。只有擁有健康的體魄，我們才能充分享受生活，實現人生價值。本文章將介紹一些保持健康的常識和方法。

（一）均衡飲食：均衡的飲食是保持健康的關鍵。我們應該攝入多種營養素，包括碳水化合物、蛋白質、脂肪、維生素和礦物質。

（二）適量運動：適量的運動可以增強體質，預防疾病。我們應該根據自己的情況選擇合適的運動方式和強度。

（三）充足睡眠：充足的睡眠對於身體的恢復和健康的維持至關重要。我們應該養成良好的睡眠習慣，保證每晚有足夠的睡眠時間。

冬季游泳

冬季游泳是一種極具挑戰性的運動。它不僅可以鍛煉身體，還可以提高人的意志力和毅力。然而，冬季游泳也面臨著許多風險，如低體溫、凍傷等。因此，我們在進行冬季游泳時必須採取必要的預防措施。

（一）選擇合適的時間和地點：冬季游泳應選擇在陽光充足、風力較小的時候進行。同時，我們應該選擇一個安全、乾淨的游泳場所。

（二）做好保暖工作：在下水之前，我們應該做好保暖工作，如穿好泳衣、戴好泳帽等。下水後，我們應該儘快游到岸邊，用乾毛巾擦乾身體，並及時更換乾衣服。

（三）避免過度運動：冬季游泳時，我們應該避免過度運動，以免引起身體不適。如果感到疲勞或寒冷，我們應該立即停止游泳，並尋求幫助。



鐵增趨勢

李應龍

鐵增趨勢是指鐵質在人體內的增加趨勢。鐵質是人體必需的一種微量元素，對於血液的生成和身體的健康具有重要意義。了解鐵增趨勢對於預防鐵質缺乏和相關疾病具有重要意義。

（一）鐵質的來源：鐵質主要來自食物和補劑。富含鐵質的食物包括紅肉、禽類、魚類、豆類等。我們應該通過均衡飲食來攝入足夠的鐵質。

（二）鐵質的吸收：鐵質的吸收受到多種因素的影響，如胃酸分泌、腸道健康等。我們應該注意飲食習慣，提高鐵質的吸收率。

（三）鐵質的利用：鐵質在人體內主要用於合成紅血球和肌紅蛋白。如果鐵質攝入不足，可能會導致貧血、乏力等症狀。

寫在前頭

本文章旨在探討鐵增趨勢與人體健康的關係。通過對鐵質的來源、吸收和利用的深入分析，我們希望能夠幫助讀者了解鐵質的重要性，並採取有效措施預防鐵質缺乏。

（一）鐵質與血液：鐵質是合成紅血球的關鍵原料。如果鐵質攝入不足，紅血球的數量會減少，導致血液攜氧能力下降，引發貧血。

（二）鐵質與肌肉：鐵質是合成肌紅蛋白的原料。肌紅蛋白是肌肉中儲存氧氣的蛋白質。如果鐵質攝入不足，肌肉的耐力和力量會受到影響。

（三）鐵質與免疫系統：鐵質對於免疫系統的正常運作至關重要。如果鐵質攝入不足，人體的免疫力會下降，容易感染各種疾病。

李應龍

李應龍先生是一位著名的體育運動家。他的著作《健力》和《鐵增趨勢》深受廣大讀者的歡迎。他的書不僅具有極高的學術價值，更是一本實用的指導書。

（一）體育運動：李應龍先生認為，體育運動是保持健康的關鍵。他強調了體育運動對於身體健康和精神狀態的重要性。

（二）科學知識：李應龍先生還非常注重科學知識的學習和傳播。他認為，科學知識是人類進步的動力，我們應該不斷學習，不斷進步。

（三）社會責任：李應龍先生還非常重視社會責任。他認為，我們應該為社會做出貢獻，為人民服務。

互助

互助是人類社會的重要特徵。只有通過互助合作，我們才能克服困難，實現共同發展。本文章將探討互助的意義和實踐方法。

（一）互助的意義：互助可以增強團結，提高競爭力。在困難面前，我們需要相互支持，相互幫助，才能度過難關。

（二）互助的實踐：互助需要我們具備互助的精神和行動。我們應該主動幫助他人，尊重他人的利益，共同營造一個和諧、美好的社會環境。

（三）互助的價值：互助不僅可以幫助他人，也可以幫助自己。通過互助，我們可以學習到許多寶貴的經驗和教訓，從而提高自己的素質和水平。

